



Danskernes måltider: Kylling og kødsovs på middagsbordet

Fagt, Sisse

Publication date:
2004

Document Version
Publisher's PDF, also known as Version of record

[Link back to DTU Orbit](#)

Citation (APA):
Fagt, S. (2004). Danskernes måltider: Kylling og kødsovs på middagsbordet.
<http://www.food.dtu.dk/Default.aspx?ID=12974&PID=112036&NewsID=900>

General rights

Copyright and moral rights for the publications made accessible in the public portal are retained by the authors and/or other copyright owners and it is a condition of accessing publications that users recognise and abide by the legal requirements associated with these rights.

- Users may download and print one copy of any publication from the public portal for the purpose of private study or research.
- You may not further distribute the material or use it for any profit-making activity or commercial gain
- You may freely distribute the URL identifying the publication in the public portal

If you believe that this document breaches copyright please contact us providing details, and we will remove access to the work immediately and investigate your claim.

Danskernes måltider: Kylling og kødsovs på middagsbordet

18-01-2005

Hvad spiser danskerne til aftensmaden og hvordan ser det ud med måltiderne? Cand.brom. Sisse Fagt fra Danmarks Fødevareforskning gør status på danskernes kostvaner.

Kylling og gryderet/kødsovs er de hyppigst spiste retter på de danske middagsborde. På en top-ti-liste har danskerne kylling og gryderet/kødsovs på enten 1. eller 2. pladsen. Det gælder alle aldersgrupper, og kylling er dermed blevet populært hos alle, hvor det tidligere mere var en populær ret blandt de 4-14-årige. Kylling er rykket fra en 9. plads til 2. plads blandt 15-18-årige fra 1995 til 2000/02.

Frikadeller fortsat på top ti

Ved de danske middagsborde serveres der stadig retter med hakket kød. Det var tilfældet i 1995 og det er stadig tilfældet i 2000/02. Udover kødsovs er frikadellen stadig blandt de ti mest populære retter til aftensmad. Det er især børnene og deres bedsteforældre, der hyppigt spiser frikadeller. Inden for fast food-retter er navnlig pizza og lasagne rykket frem på listen, men mest blandt børn og unge. Fra 45-års alderen er pizza og lasagne ikke blandt top ti.

Fisken mangler

Fiskeretter er ikke at finde blandt de ti mest spiste retter. Det ser ud til at fisk rykker længere og længere ned på listen over yndlingsretter til den varme aftensmad. Navnlig børnene spiser meget sjældent fisk. Ud fra et ernæringsmæssigt synspunkt er det et trist resultat. Fisk burde være på middagsbordet mindst en gang om ugen blandt alle aldersgrupper. Det er imidlertid kun de ældre voksne, der kan leve op til denne anbefaling.

Kartofler, sovs og blandet salat

Den kogte kartoffel er det tilbehør til den varme ret, som oftest serveres ved de danske spiseborde. Det gælder overraskende nok også blandt de yngre aldersgrupper. Frem til 40-års alderen spises pasta og ris også hyppigt, men kartofflen spises dobbelt så ofte eller hyppigere end ris og pasta. Når der serveres sovs til en ret, er denne oftest af den fede slags, mens hvidt brød er den foretrukne brødtype som tilbehør. Blandet salat er den hyppigste måde at spise grøntsager på, idet danskerne især har øget deres forbrug af de lette salatgrøntsager. Den hyppigst spiste dessert til aftensmaden er flødeis.

Danskerne er ikke kræsne

Kostundersøgelsen spørger også om danskerne undgår visse fødevarer, og det viser sig, at danskerne spiser stort set alt. Hvis danskerne går uden om madvarer, er det typisk: Indmad, fisk, kål, blodpølse og gule ærter.

Den nye kostundersøgelse

Den nye viden om danskernes kostvaner stammer fra Danmarks Fødevareforsknings landsdækkende kostundersøgelse, hvor der blev registreret data fra juni 2000 til december 2002. Resultaterne er sammenlignet med data fra den forrige kostundersøgelse fra 1995.

I 2000/02 har over 4.000 danskere registreret, hvad de har spist og drukket i en uge. Undersøgelsen har data om danskernes kostvaner i mere end 28.000 dage, hvilket er et betragteligt antal. I alt har 823 børn i alderen

4-14 år og 3.297 voksne i alderen 15-75 år deltaget.

Resultaterne blev fremlagt på et møde hos Danske Slagterier i starten af januar 2005.

Kontaktpersoner

Cand.brom. Sisse Fagt, tlf. 35 88 74 22

Cand.scient. Anja Bilstoft-Jensen, tlf. 35 88 74 25